



# K A N S A S

RODERICK L. BREMBY, SECRETARY

KATHLEEN SEBELIUS, GOVERNOR

DEPARTMENT OF HEALTH AND ENVIRONMENT

## **Influenza Estacional – Qué Es y Cómo se Pueden Proteger los Ciudadanos de Kansas**

### **¿Qué es la Influenza?**

La Influenza (gripe) es una infección viral de la nariz, garganta, bronquios y pulmones. Existen dos tipos principales de virus - A y B. Cada tipo incluye muchas cepas diferentes, que tienden a cambiar cada año.

### **¿Cuándo ocurre la influenza?**

La mayoría de las veces la influenza ocurre en los meses de invierno. Pueden ocurrir enfermedades parecidas a la influenza en los meses de verano pero generalmente son causadas por otros virus.

### **¿Quién contrae la influenza?**

Cualquier persona puede contraer la influenza, pero es más seria en las personas ancianas, personas con enfermedades crónicas como ser cáncer, enfisema o diabetes, o con sistemas inmunológicos débiles.

### **¿Cómo se propaga la influenza?**

La influenza es altamente contagiosa y se transmite fácilmente por el contacto con gotitas de la nariz y de la garganta de una persona infectada durante la tos o el estornudo.

### **¿Cuáles son los síntomas de influenza?**

Los síntomas típicos de gripe incluyen dolor de cabeza, fiebre, escalofríos, tos, y dolor corporal. Los síntomas intestinales son poco comunes. A pesar de que la mayoría de las personas están enfermas sólo por unos pocos días, algunas personas tienen una enfermedad más severa, como por ejemplo neumonía, y pueden necesitar ser hospitalizadas. Miles de personas mueren por año en los Estados Unidos a causa de la gripe o complicaciones relacionadas.

### **¿Cuán rápido aparecen los síntomas?**

Los síntomas generalmente aparecen entre uno y tres días después de la infección.

### **¿Cómo se diagnostica la influenza?**

Generalmente un médico diagnosticará un caso de gripe basándose en los síntomas típicos de fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, tos y dolores corporales. Los exámenes de laboratorio específicos para confirmar la gripe son caros y llevan mucho tiempo y generalmente están limitados a un brote de la enfermedad o a esfuerzos de vigilancia de la enfermedad.

### **¿Cómo puede una persona propagar la influenza?**

El período de contagio varía, pero probablemente comienza el día antes de que aparezcan los síntomas y puede durar una semana

DIVISION OF HEALTH  
Bureau of Epidemiology and Disease Prevention  
Bioterrorism Preparedness Program  
CURTIS STATE OFFICE BUILDING, 1000 SW JACKSON ST., STE. 210, TOPEKA, KS 66612-1274

Voice 785-296-8605 Fax 785-291-3775 <http://www.kdhe.state.ks.us/han>

Disease Reporting & Public Health Emergencies:

Toll Free Phone 1-877-427-7317

Toll Free FAX 1-877-427-7318

### **Una infección anterior, ¿lo hace a uno inmune?**

Generalmente no. Los virus que causan la gripe frecuentemente cambian, por lo que las personas que han estado infectadas o han sido vacunadas contra la gripe en años anteriores pueden infectarse con una nueva cepa. Por esta razón, y porque cualquier inmunidad producida por la vacuna contra la gripe probablemente disminuirá en el año siguiente a la vacunación, las personas en grupos de alto riesgo deben vacunarse todos los años. Las personas deben ser vacunadas antes de que la influenza esperada sea vista en la comunidad. En los Estados Unidos este período es desde Noviembre hasta Marzo.

### **¿Qué son grupos de alto riesgo?**

- Los siguientes grupos están en riesgo incrementado de enfermedad seria y complicaciones con la gripe y deben recibir la vacuna:
- Personas de 65 años de edad o más;
- Aquellos con problemas cardíacos y pulmonares desde hace mucho tiempo;
- Residentes de hogares de ancianos, y otras instituciones que alojan a pacientes que tienen problemas de salud desde hace mucho tiempo;
- Personas que tiene enfermedad renal, fibrosis quística, diabetes, anemia, asma severo, cáncer o afecciones inmunológicas, y otras condiciones médicas para las cuales están bajo estricta supervisión de un médico;
- Los contactos del grupo familiar de personas de alto riesgo y trabajadores de la salud que proporcionan atención a pacientes de alto riesgo.

### **¿Cuál es el tratamiento para la influenza?**

Generalmente son adecuados el descanso y los líquidos. Están disponibles medicinas prescritas anti-virales, incluyendo zanamivir, oseltamivir, rimantadina, y amantadina, y pueden acortar la duración de los síntomas en un día. Estas medicinas no disminuyen las complicaciones serias de la influenza. Estas medicinas deben ser administradas dentro de las 48 horas del inicio de la enfermedad.

### **¿Qué puede controlar o prevenir la influenza?**

La vacunación de rutina contra la influenza es la medida de control más importante. Todos los individuos de alto riesgo deben ser vacunados todos los años. Las vacunas de la influenza (vacuna antigripal) pueden estar disponibles por medio de su médico o departamentos de salud locales. Cuando ocurre la influenza tipo A en un área, se puede prescribir amantadina o rimantadina para ciertos individuos. Los medicamentos pueden ser muy útiles para prevenir la enfermedad en personas que no pueden recibir la vacuna, pero no se espera que reemplacen la vacuna. Debido a que a menudo aparecen nuevos virus de influenza, la efectividad de la vacuna a veces varía de un año al siguiente. Aún así, los estudios han demostrado que aún en años en que aparecen nuevas cepas, las personas en grupos de alto riesgo que reciben vacunas anuales tienden a tener enfermedades más leves y es menos probable que sean hospitalizados por complicaciones causadas por la influenza.

### **¿Qué puedo hacer para protegerme de contraer influenza?**

- Vacúnese contra la gripe;
- Lávese las manos con frecuencia para evitar recoger gérmenes;
- Evite el contacto cercano con personas enfermas;
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude;
- Quédese en casa cuando esté enfermo y mantenga a los niños en casa sin ir a la escuela si tienen síntomas de gripe.